

## Stundenbogen Coach

Liebe/r Studienteilnehmer/in,

mit dem Ausfüllen dieses Fragebogens unterstützen Sie ein Dissertationsprojekt, das am Institut für Bildungswissenschaft der Universität Heidelberg durchgeführt wird. Ziel dieses Projekts ist es zu untersuchen, wie Coach und Coachee<sup>1</sup> eine Verbindung zueinander herstellen und ob bzw. wie sich die Unterstützung von Pferden darauf auswirkt.

Bitte nehmen Sie sich direkt im Anschluss an Ihre Coaching-Sitzung Zeit alle Fragen vollständig zu beantworten. Das wird etwa 5 Minuten beanspruchen. Ich bitte Sie auch um die aufrichtige und spontane Beantwortung der Fragen, ohne zu lange nachzudenken. Kreuzen Sie einfach das am meisten zutreffende Feld an. Dabei bedeutet ein Kreuz bei 1 = trifft gar nicht zu, bei 2 = trifft kaum zu, bei 3 = trifft teils-teils zu, bei 4 = trifft ziemlich zu und bei 5 = trifft völlig zu:

1    2    3    4    5

Gar nicht ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Völlig

Bei offenen Fragen können Sie in dem vorgesehenen Feld Ihre Antwort notieren:

Die Fragen beziehen sich alle auf Ihre heutige Coaching-Sitzung.

Selbstverständlich werden Ihre Daten anonymisiert ausgewertet, sodass kein Rückschluss auf Sie persönlich gezogen werden kann – auch nicht von Ihrem Coachee.

Sammeln Sie hierzu bitte Ihre Fragebögen aller Coaching-Sitzungen und senden Sie sie dann gesammelt in dem frankierten Rückumschlag an mich zurück. Ebenso wird Ihr Coachee verfahren.

**Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!**

	Gar nicht	Kaum	Teils-teils	Ziemlich	Völlig
	1	2	3	4	5
1. Ich habe das Gefühl, dass das Coaching in der richtigen Geschwindigkeit vorangeht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Im Moment - jetzt direkt nach dem Coaching- fühlt sich mein Coachee...					
...schläfrig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...wohl.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...ausgeglichen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...unglücklich.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...wach.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<sup>1</sup> Coach und Coachee bezeichnen im gesamten Fragebogen sowohl die männliche, als auch die weibliche Form.

...unzufrieden.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
...angespannt.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
...frisch.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
...glücklich.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
...nervös.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
...ermattet.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
...ruhig.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
3. Gibt es ein weiteres Wort, das die momentane Gefühlslage des Coachees beschreibt?	
<div style="border: 1px solid black; height: 20px; width: 100%;"></div>	
4. Mein Coachee konnte mir heute mitteilen, wie er/sie sich innerlich fühlt.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
5. Mein Coachee und ich kommunizieren miteinander "auf der gleichen Wellenlänge".	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
6. Meinem Coachee ist es heute gelungen, neue Perspektiven einzunehmen.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
7. Meinem Coachee ist es heute gelungen, neue Verhaltensweisen auszuprobieren.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
8. Meinem Coachee ist es heute gelungen, sich auf seine/ihre momentanen Gefühle einzulassen.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
9. Mein Coachee hat meine Methoden als sinnvoll empfunden.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
10. Ich habe bei den Methoden, die ich gewählt habe, authentisch gewirkt.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
11. Ich spüre, dass mich mein Coachee wertschätzt.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
12. Mein Coachee und ich verstehen einander.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig
13. Im Gespräch habe ich die Mimik meines Coachees beobachtet.	1 2 3 4 5 Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig

14. Im Gespräch habe ich versucht, mir ein Bild der aktuellen Gefühlslage meines Coachees zu machen.	<div>1 2 3 4 5</div> <div>Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig</div>
15. Ich habe mich mit meinem Coachee wohl gefühlt.	<div>1 2 3 4 5</div> <div>Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig</div>
16. Ich habe hilfreiche Fragen für meinen Coachee gestellt.	<div>1 2 3 4 5</div> <div>Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig</div>
17. Mein Coachee ist innerlich stark beteiligt gewesen.	<div>1 2 3 4 5</div> <div>Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig</div>
18. Ich konnte dem, was mein Coachee gesagt hat, nicht gut folgen.	<div>1 2 3 4 5</div> <div>Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig</div>
19. Mein Coachee konnte während der Sitzung in sich hinein fühlen.	<div>1 2 3 4 5</div> <div>Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig</div>
20. Ich bin auf meinen Coachee eingegangen.	<div>1 2 3 4 5</div> <div>Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig</div>
21. Mein Coachee vertraut mir.	<div>1 2 3 4 5</div> <div>Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig</div>
22. Ich habe auf meinen Coachee kompetent gewirkt.	<div>1 2 3 4 5</div> <div>Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig</div>
23. Mein Coachee hat sich selbst besser kennen gelernt.	<div>1 2 3 4 5</div> <div>Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig</div>
24. Mein Coachee hat sich in der Sitzung sicher gefühlt.	<div>1 2 3 4 5</div> <div>Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig</div>
25.	
a. Insgesamt bestand heute eine Verbindung zwischen mir und meinem Coachee.	<div>1 2 3 4 5</div> <div>Gar nicht <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Völlig</div>
b. Bitte begründen Sie kurz woran Sie das festmachen:	

26. Gab es rückblickend auf diese Sitzung etwas Besonderes, das Sie mitteilen möchten?

*Die folgenden Fragen bitte nur nach pferdegestützten Sitzungen ausfüllen*

27.

a. Die Arbeit mit dem Pferd/den Pferden unterstützte mich.

1 2 3 4 5  
Gar nicht ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Völlig

b. Bitte begründen Sie kurz woran Sie das festmachen:

**Nochmals herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!**

Bitte bewahren Sie diesen ausgefüllten Bogen bis zum Abschluss Ihres Coachings auf und senden Sie dann alle Stundenbögen mit Hilfe des frankierten Rückumschlags an mich zurück.

© Springer Fachmedien Wiesbaden 2017

Johanna Friesenhahn, Kommunikation als Basis wirkungsvollen Führungskräfte-Coachings